



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI ELMA DOLMASI

Mazda Lezzete Götüren Marka
Mehmet Yaşin

4 adet orta boy yeşil elma
1 su bardağı pirinç
1 adet büyük boy soğan
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 adet limonun suyu
Yarım su bardağı sıcak su
1 yemek kaşığı dolmalık fıstık
2 tatlı kaşığı kuş üzümü
1/4 demet maydanoz
8 dal taze nane
1 çay kaşığı toz şeker
1 tatlı kaşığı tuz
Üzeri için:
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 su bardağı sıcak su

Yeşil elmaların sap kısımlarını kapak gibi kesin. Elmaların çekirdekli iç kısımlarını bir oyacak yardımıyla çıkarın. İçlerini oyduğunuz yeşil elmaları kararmaması için yarım limonun suyu ile ovun. İç harcını hazırlamak için 1 adet büyük boy soğanı kıyın. 1/4 demet maydanozu ve 8 dal naneyi de kıyın. 2 yemek kaşığı zeytinyağını tencerede ısıtın. Soğanı ekleyip kısık ateşte kavurun. 1 yemek kaşığı dolmalık fıstığı, 1 çay kaşığı toz şekeri, 1 tatlı kaşığı tuzu, bol suda yıkayıp fazla suyunu süzdüğünüz 2 tatlı kaşığı kuş üzümünü ekleyin ve yaklaşık 5 dakika kadar kavurma işlemine devam edin.

1 su bardağı pirinci ekleyin ve karıştırın. Kalan yarım limon suyunu ve yarım su bardağı sıcak suyu ilave edin. Pirinç, suyu çekene kadar orta ateşte pişirme işlemine devam edin. Hazırladığınız iç harcı ocaktan alın. Kıyılmış nane ve maydanozu ekleyin ve karıştırın. Harcı, limon suyuyla ovduğunuz yeşil elmaların içerisine doldurun ve kapak kısımlarını kapatın. Elma dolmalarını, birbirlerine bitişik olacak şekilde orta boy bir tencereye dizin. Üzerlerine 2 yemek kaşığı zeytinyağını gezdirin. 1 su bardağı sıcak suyu ekleyin. Kapağını kapattığınız tencerede, orta ateşte 10-15 dakika kadar pişirin. Soğuttuktan sonra servis yapın.



